

カウンセリングと仏教

——国分康孝氏の所説を手がかりにして——

西 光 義 敏

(龍谷大学教授)

はじめに

宗教とカウンセリングとの間には、深い関連性がありそうだと感じている人は少なからう。

宗教は、高度に組織化された教団体制や教義体系、あるいは複雑多岐にわたる宗派、儀礼、修行、慣習等の社会現象としてあらわれているが、本来、宗教は人間の苦悩の解決という課題にこたえてきたものである。宗教は、かたちとして大きくなっても、こころを失ったときは、その本来的意義を失ったものと見なければならぬ。宗教研究も、歴史的、社会的、言語的現象としてあらわれた宗教は、それぞれ、宗教史学、宗教社会学、宗教教理学（神学、宗学）ないし宗教哲学とし

て開花しているが、把握しにくい心理現象としての宗教の学問的研究——いわば宗教心理学——は、はなはだふるわない。それは宗教心理現象そのものが、学問の対象としてとらえにくいこと、客観的理解がむずかしいことによるものである。けれども、人間の心の中に生きてきた宗教、いまも生きている宗教を正しくとらえ、ますます深刻化する現代人の心理的もしくは精神的課題にこたえることが、宗教の側に強く要請されている。とくに、現代人の心の悩みの解決という実践的課題に焦点をあてると、現代の臨床心理学や心理療法・カウンセリングと宗教との接点や関連性が、実践的にも理論的にも問題とならざるをえない。

また、心理学の立場からも、宗教に無関心であることはで

きなくなってきた。哲学から独立して独自の学問的領域を確立しようと、物理学に範を求めて努力してきた心理学のなかから、人間の心理をリアルにとらえるために、実験心理学をこえた社会心理学や臨床心理学が台頭してきた。人間の深層心理をとらえるための無意識心理学や、人間性そのものの正しい理解に迫ろうとする人間性心理学 (Humanistic Psychology) の流れが大きくなってきた。そうした傾向のなかで、臨床や研修の実践の上からも、学問的研究の上からも、宗教の領域に積極的にふみこむ人たちが、年を追うてふえているように思われる。

筆者も、早くより自己の仏教体験を核として、仏教の心理的、社会的側面にたいして、実践的、理論的関心をもちつつけてきた。一方で仏教体験への本質的追求をこころみるとともに、仏教体験と関わりのありそうな人間諸心理への探求を手さぐりでつづけてきた。したがって、「仏教とカウンセリング」「宗教とカウンセリング」というテーマには、かねてから大きな関心をもちつづけてきた。またひそかに自分なりの試論を模索してきたように思う。この小論は、その一端を言語化し、公けにしようとするものである。これを動機づけ

たのは、国分康孝氏の「カウンセリングと宗教」という一文である。

国分康孝氏は、精神分析を核にした折衷主義的立場をとるカウンセリング心理学者である。氏の言う「折衷主義とは来談者の問題に応じて、また面接段階に応じて最も適した方法をとる立場」、「既存の各理論から活用できるものは何でも使う立場のことである。」⁽¹⁾折衷主義をとる理由は四つあるという。すなわち①来談者の求めに応えることを主とする。②心理的問題は社会・文化が変れば変わるものなので、複数の理論を統合して適用するのがよい。③すべての理論は完全ではないから、各理論を相互補完的に使うのがよい。④哲学的には、永遠不滅の真理がどこにあるとは考えないという立場に立つ。⑤特定の学派に忠実になるよりは、クライエントとのリレーションづくりやリレーション深化に忠実になった方がよい、と考えるからである。⁽²⁾カウンセリングを「行動の変容を目指す人間関係」としてとらえ、その特徴を、「複数の人間同士の感情交流(リレーション)」と規定して、「リレーション」を重視するところにかれのカウンセリング観の特色がある。⁽³⁾

その国分氏が昭和五四年一〇月に書いた『心とこのころのふれあうとき』の第七章において、「カウンセリングと宗教」

との関係を、カウンセリングの立場から説明している。⁽⁴⁾すなわち、まず、カウンセリングと宗教との相違性と共通性を明らかにし、カウンセリングの側からの宗教研究の必要性を説き、さらに文化と宗教との関係を、父権的・母権的両原理にもとづいて考察している。氏の文体は歯ぎれがよく、論旨が明快なので、問題の所在を考える上にも示唆にとむところが多い。その反面、言外にもれた氏の微妙な心情や意図を理解しきれなかったり、誤解したりすることになるのではないかとおそれながらも、氏の「カウンセリングと宗教」に関する所説を検討することによって、私の「カウンセリングと仏教」についての考えの一端を明らかにしてみたい。したがって、氏の所説の批判ではなく、氏の所説に刺戟と示唆を受け、導かれながら私の私見を述べることに主眼をおきたい。そのことをはじめにお断りしておく。

カウンセリングと仏教の相違性と共通性

国分氏は、宗教と心理療法・カウンセリングの相違点とし

て、(1)服従の対象の有無、(2)絶対者の有無、(3)空想肯定の有無の三点をあげている。

最初に氏は宗教にたいして、「人格化された絶対者に対する帰依または服従」という定義を与えた上で、心理療法・カウンセリングでは、帰依・服従・信仰の対象がないという。

この定義にしたがうと、禅は、人格化された絶対者も帰依すべき対象もないから非宗教、真宗には阿弥陀仏に帰命する思想があるから、一神教のキリスト教とともに宗教ということになる。第二に、宗教には絶対がある。心理療法・カウンセリングには絶対がない。換言すれば、基底となる哲学が前者のばあい観念主義であるのにたいして、後者は経験主義であるという。神の奴隸か放浪者の自由かという対比もしている。一言でいえば、権威主義の有無が宗教と心理療法・カウンセリングとは相違点だとするのである。第三には、宗教が五感の認識を超えた世界、すなわち空想を志向するのにたいして、心理療法・カウンセリングは、五感で認識できるこの地上の世界、すなわち現実を志向するという。

以上のような相違点にたいして、両者には次のような共通点もあるから、カウンセリングの立場から宗教を研究する必

要があるとする。第一は、「心の病を癒す」機能。しかしその機能は、宗教の方が心理療法・カウンセリングよりも大衆の心に分れるものをもってゐるから、心理療法はもっと多くを宗教からとり入れねばならない。第二に、「人間心理の探究」。宗教は、「人間の心理的諸問題の解決法として社会がつくつたもの」であり、いわば「生活の知恵に基づく心理療法」であるから、客観的事実に基づいた心理療法理論よりも、人間心理に分れることがある。第三は「性格心理学」。ただしこれまで心理療法・カウンセリングを支えてきた性格心理学は観点の狭い個人志向であつた。人間をより広い視野に立つて見ようとすると、宗教を研究することによって、文化・社会的観点が学習できる。「個人の問題は文化の問題に起因していることもあるし、文化を超越する見識と勇気がなければ個人の問題も解けないことがある」からである。⁽⁶⁾

以上のように概観できる国分氏の「カウンセリングと宗教との異同論」にたいし、仏教の立場に立つてカウンセリングにアプローチしようとしている私の見解を述べてみたい。

まずはじめに、「仏教は宗教か」という根本問題につきあたる。仏教を、思想や心理や実践に関わる他の体系と比較し

たり、関係を考えたりするとき、同様の問題に遭遇するのが常である。仏教はある意味で、思想であり、哲学であり、宗教であり、心理であり、実践であり、文化であり、社会制度なのである。国分氏のように、「宗教とは人格化された絶対者に対する帰依または服従」と規定し、禪を非宗教に、真宗を宗教にふりわけてしまうと、仏教の立場からは、はなはだ不都合なことになってしまう。

「禪では人格化された絶対者もないし、帰依すべき対象もない。天上天下唯我独尊である。自分が万物の尺度である。自分が人生の主人公である。」として、禪を宗教から除外する。その上で、心理療法・カウンセリングでは、帰依・服従・信仰の対象がなく、「対象のないことを誇りにしている。依存の対象がなくても自律できる人間をよしとする思想がある。心理的離乳をすませ、分離不安を克服し、天上天下唯我独尊の境涯にいる人間が健全なのである」と規定すると、禪は、心理療法やカウンセリングと同性格をもつものとなる。これにたいし、宗教の範疇に入れられた真宗は、ひとしく仏教でありながら、禪とは、まったく性格の異つたものとされてしまう。「心理療法の側からみれば、服従の対象なしには

生きられない宗教人は依存性・幼児性の強い人間だと思う」
国分氏からは、真宗者も、服従の対象なしに生きられない依存性・幼児性の強い人間だと見られてしまう。

しかし、少なくとも真宗は、氏の規定する宗教の範囲からはまったくはみ出している。氏は、「真宗には阿弥陀仏に帰命する思想がある。帰命の対象がある」から、宗教の範疇にあると考えているようであるが、弥陀に帰命することは、弥陀への服従でも依存でもない。むしろ禪とひとしく「天上天下唯我独尊」であり、「自分が人生の主人公である。」他力浄土門系の仏教は、他力が常識的に理解されて、服従や依存の連想をとめないやすいようであるが、むしろ逆に、自主・自由・自立の人間形成をめざすものである。

他力とは 野中に立てる一つ松

よりさわらぬを 他力ぞという

という古歌がこれをよくあらわしている。

岩の根も木の根もあれどさらさらと

たださらさらと水の流るる

(甲斐和里子)

これは、真宗念仏者の心境を歌ったものであるが、いかな

る障害にも妨げられない精神的自由をよく表現している。有名な親鸞の

念仏者は無碍の一道なり。(「歎異抄」第七章)

という境地に通じるものがある。

蓮如は弥陀をたのむ一念帰命の信を強調したが、「弥陀をたのめば南無阿弥陀仏の主になるなり」(「御一代記聞書」二三七)といっている。真宗の信が、けっして幼児的な依存や服従の心理ではなく、むしろ真実(＝南無阿弥陀仏)の主体の確立であることは、明らかである。

総じて、天上天下唯我独尊は全仏教を貫く仏教の根本精神である。釈尊は晩年に、仏弟子アーナンダに、「自帰依・帰依」を説いた。この精神の禪的表現が「独坐大雄峰」だとするなら、「無碍の一道」がその真宗的表現ということになるのか。とにかく、他者への依存や服従から脱却して、真の自由・自立の実現をめざすという仏教の基本的性格を貫いているという点で、禪も真宗も共通しており、区別されてはならない。依存的・服従的な帰依の対象をもつか、依存、服従の対象がなくても自立できる人間をめざすかによって、宗教と心理療法・カウンセリングとを分かとうとする国分氏の説

にしたがうなら、禅も真宗とともに、宗教よりも心理療法・カウンセリングの範疇に入れる方がふさわしいかもしれない。かりにそうした上で、仏教と心理療法・カウンセリングとの相異点をあげるなら、「天上天下唯我独尊」の「我」、「自立できる人間」の「自」の理解の相違を、私は指摘したい。すなわち、仏教は「自帰依 法帰依」をめざすが、心理療法は「自帰依」的天上天下唯我独尊の境涯にいる人間を健康とは見ても、「法帰依」には思いが及ばぬであろう。逆に言えば、心理療法・カウンセリングの人間探究が「法帰依」にまで及んだとき、それは仏教に近づくか一枚になるであろう。

次に、絶対者の有無によって宗教と心理療法・カウンセリングとを分かつ見解を検討しよう。国分氏の、「宗教には絶対がある。心理療法・カウンセリングには絶対がない。」という言葉はいまいである。が、絶対者を問題にするか不問に付するかによって宗教とカウンセリングを区別することは、一応当をえているように思う。仏教について言えば、絶対、永遠、無限、究極、常住、等々の言葉で表現される世界への関心を除いて仏教はない。「絶対者の自己実現」、「永遠の自覚」、「無限との出会い」、「究極的関心」、「常住への憧憬」

などの諸表現は、仏教者の関心や実践目標、あるいは体験事実をあらわしている。これにたいして、心理療法・カウンセリングは、絶対を問うことなく、相対の世界のみに生きる。「すべては相対的であり、すべては転変しつつある」この現実を、カウンセラーは「宗教者のように自分を超えるものを背後に有しているわけではな」く、「クライエントと同じように根なし草的」に生きるのだと、国分氏は考えておられるようである。以上のような氏の見解から浮かびあがってくるのは、宗教と心理療法・カウンセリングをめぐる、相対と絶対の関係をどうとらえるかという問題である。

氏が、「宗教には絶対がある。心理療法・カウンセリングには絶対がない。」と言いきられるほど、相対と絶対の関係は単純なものではないと、私は考える。絶対と相対との二分論でわりきって、宗教とカウンセリングの区別を立てるようでは、両者の関係や交流を深めていく道は閉ざされてしまうのではなからうか。

「宗教には絶対がある。」という言葉のなかの「宗教」を「仏教」に変えて考えてみる。すると「仏教には絶対がある」ということになるが、それは同時に「仏教には相対がな

い」ということはならない。相対を前提もしくは予想しないところに絶対はないからである。相対の自覚のないところに絶対の自覚はないからである。「仏教には絶対がある」というよりもむしろ、仏教は絶対と相対との関係を正しくとらえるものであると言った方がよい。仏教の特色を示す三法印、

もしくは四法印、すなわち「諸行無常 諸法無我 一切皆苦 涅槃寂靜」は、ある意味で相対・絶対関係論である。はじめの二句は「あらゆるものは無常であり無我である」と、相対・有限の現実を示している。国分氏のいう「すべては相対的であり、すべては転変しつつある」ということを言っているのである。第三句は、「無常・無我にもかかわらず、無常・無我のままに生きられず、常住と思ひあやまり我に執着するため、一切が苦とならざるをえない。すなわち、相対の中に絶対を立てようとする根本的欲望が、一切の禍根となる」という意味である。第四句は、真の絶対の世界を示している。すなわち「無常・無我の現実にかからず無限常住をねがい、不変の我に執じてやまない根本的欲望を転じて涅槃を悟れば、そこが絶対安住、絶対自由の境地である」、というほどの意味である。名称はどうであれ、神とか絶対者、権威者を立て、

それへの依存、服従、隷属することをもって宗教とし、すべては相対的であり転変しつつある現実を自由に生きることをもって心理療法、カウンセリングと規定する国分氏の定義にしたがえば、仏教はむしろ宗教ではなくて、心理療法・カウンセリングの範疇に属すると言わなくてはならない。カウンセラーから宗教人を見れば「奴隷宗教人」であり、「神の奴隷になるよりは、あやまちを犯してもよいから、自分が自分の人生の主人公である浮浪者の方がよほど人間らしいと考える」と、国分氏は言っている。この見方にそって見れば、仏教者は宗教人というよりも、カウンセラーの生き方に近い。「ひとことではいえず、権威主義があるかないか、これが宗教と心理療法・カウンセリングの相違である。」という言い方も、仏教については安易に適用できない。

釈尊が成道後、鹿野苑におもむいて旧友たる五人の修行者に初転法輪を行なったときの様子が、古い經典に記されている。釈尊が五人を教化したことには間違ひなからうが、そのことが「釈尊に五人の弟子ができた」というふうに権威者と従属者の関係としては書かれていない。中村元氏によると、釈尊の開いたさとの境地と、五人の比丘が到達した境地と

は同じ文句で説かれており、五比丘も精神的には釈尊と同じ安らぎ（ニルヴァーナ・涅槃）の境地に達したとされている。⁽⁶⁾

釈尊晩年の「自帰依 法帰依」の教説も、仏教の反權威主義の性格を明示している。釈尊なきあとの教団の權威的統率のあり方について、暗に教示を求めるかのごとき側近のアーナンダの心中を洞察して、釈尊は自分が教団の指導者であることを、みずから否定し、「たよるべきものは、めいめいの自己であり、それはまた普遍的な法に合致すべきものである」とさとされたという。⁽⁷⁾ その精神は、弟子、同行を争ったり、膝下をはなれたひとから本尊や聖教を奪いかえそうとするのをいまして、「親鸞は弟子一人ももたず、何事を教えて弟子といふべきぞや、みな如来の御弟子なれば皆共に同行なり。」⁽⁸⁾ と言った親鸞の心のなかにあますことなく生きている。

以上の考察で明らかのように、仏教は、無常・無我の現実の諦観を重視するという意味で、経験過程を重視する心理療法・カウンセリングと軌を一にする。しかし無常・無我の現実を諦観し、経験過程のままに自由に生きることが妨げている人間の我執、言いかえれば相対の中の何物かを絶対視して固執する傾向を見逃さないという点で心理療法・カウンセリ

ングを超えている。それを可能にしているものは無常・無我（|| 相対）を超えた常住・涅槃、実相（|| 絶対）の自覚である。相対は絶対を予想もしくは前提にしているにもかかわらず、絶対に触れないとき、ひとは相対のなかに絶対を偏執してしまう。心理療法・カウンセリングが相対の枠内でとどまっているという意味で、仏教と区別するのはよいが、心理療法・カウンセリングの人間性追求が深まり、人間苦の根源に迫ることを辞さないのであれば、何らかの形で相対と絶対の関係をとりあげざるをえず、また既存の自らの枠を破って前進しなくてはならないであろう。

国分氏は、「心理療法・カウンセリングを支える主たる哲学はプラグマティズムか実存主義であるが、このいずれも経験主義であり、宗教のよって立つ観念主義ではない。」という。哲学を経験主義と観念主義とにわけると、仏教の哲学的根拠は、観念主義というよりもむしろ経験主義である。仏教哲学という言い方があるが、それがドイツ観念論等の西洋哲学と異なるところは、それがたんに理性的に構築されるだけにとどまらず、その背後に実践や体験の裏づけをもっているところにある。空の哲学は空観を、唯識哲学は瑜伽観を、

禅哲学は禅修行や禅体験を、教行信証の哲学は親鸞の信心体験を根底にして生まれてきている。けっしてたんに観念的に構成されたものではない。仏教哲学がいかに観念主義に見えても、観念主義という命名をこばむ理由は、西洋哲学的意味における理性の限界性を、般若の智慧によって超え、これを批判するからである。仏教の智慧は、理性の本質である二元分別性を破った、したがってたんなる観念をこえた實在の自覚であり、体験である。仏教の示す般若の智慧が無分別智とよばれるのは、理性の二元分別性、虚妄性を超えているからである。

以上の意味で、仏教哲学を安易に観念主義と規定することのあやまりは明らかになったと思うが、これをプラグマティックな経験主義と同一視することも、仏教の性格を正しくとらえたものということができない。経験は過程であり、過去・現在・未来という時間的秩序のなかではたらくものだが、仏教的経験は経験でありながら、時間を超える経験、永遠の体験である。絶対的なもの、究極的なものに触れた、あるいは成りえた体験である。それは経験、体験というよりも自覚と呼んだほうがふさわしいかもしれない。哲学的根拠が

観念主義ではなく経験主義であるという意味では、仏教は心理療法・カウンセリングと同類だが、経験の質を問うことになる、仏教は心理療法・カウンセリングと軽卒に同一視できないのである。これは、宗教は権威にしばられて不自由だが、心理療法・カウンセリングには自由があるという言い方も、仏教にはあてはまらない、という問題とも関連している。自主や自由を重んずるという点では、仏教は心理療法・カウンセリングと手をたずさえるのであるが、自主や自由の内実を問いつめていくときには、心理療法・カウンセリングの域をこえていくと言ってよからう。

第三の相違を現実志向か空想志向かに求める見解を検討しよう。国分氏は、「心理療法・カウンセリングは五感で認識できるこの地上の世界にどう生きるかを第一義にする。宗教では五感の認識を超えた世界に生きるのを第一義にする。」という。これはだれにも納得のしやすい宗教とカウンセリングの相違点であろう。ところがここでも、仏教の立場から見れば、一言、二言いいたいことがでてくる。

国分氏はつづいて、「つまり空想（イマジネーション）が宗教には不可欠である。」という。氏の考えでは、五感で認

識できるこの地上世界が現実、五感の認識を超えた世界が空想もしくは幻想、すなわち非現実ということになるようである。現実には生きることを第一義とするか、非現実には生きることを第一義にするかという規準でふりわけようとすれば、如

実知見（現実をありのままに見ること）を重視する仏教は、

前者に入れざるをえない。そういう意味では仏教は、宗教というよりも心理療法・カウンセリングに近いのであるが、心理療法・カウンセリングと違う点は、五感の世界を単純肯定的に現実とは見ないことである。それは、五感の認識が対象

の認識であるかぎり虚妄分別性をまぬがれることができず、

したがって、五感のとらえた世界はかえって非現実、幻とい

わざるをえない。それゆえ、五感の認識を超えた無分別の世界は、

けっして空想や幻想の世界ではなく、それこそ真実の世界なのである。国分氏は五感的地上世界を「この俗世間、

あぶくのような世界、影のようにはかない世界」と、むしろ

仏教的に表現し、心理療法・カウンセリングは、この世界に

どう生きるかを第一義的に考えるのだという。仏教も、この

世界から空想・幻想の世界に逃避しないという意味で、心理

療法・カウンセリングと歩みをとにするが、影のごとく幻

のごとき五感の世界をこえた（空想・幻想の世界でなく）真実の世界に立つて、この世界にどう生きるかを考える点で、心理療法・カウンセリングとは異なると言えよう。

カウンセリングに関わる二つの宗教観

宗教と心理療法・カウンセリングとの間には共通性もあるから、心理療法・カウンセリングの立場から、宗教を積極的に研究しなければならない、と国分氏は考えている。以下の所説について見てみる。

第一の共通点は「心の病いを癒す」という機能にある。

「しかし、その機能は宗教の方が心理療法よりも大衆を動機づけるものをもっているように思われる。」「宗教はかゆいところに手の届くような教義・儀式・作業をもって」おり、

「心の病をもっている人にアッピールするものがあるからである。」だから「宗教を研究することによって、心理療法の

進歩・改善を講じうるのではないかと考えられる。」国分氏

はそう言う。けれども、心理療法が宗教から何を、どうとり

入れるかについては言及していない。心の病に悩んでいる人

々のなかで、「数からいえば、心理療法に救いを求める人よ

り宗教に心のよりどころを求める人の方がずっと多い」と言っているところから、人数を問題にしているように見える。

だが、教義・儀式・作業をもたない心理療法が、より大衆の心にふれるものをもつために、宗教から何を、どう学びとろうとするのであろうか。さらに言うならば、心理療法・カウンセリングは「心の病を癒す」というときの「心の病のとらえ方」「心の病の癒し方」を宗教ではどうとらえるかを、質的な面から検討して、批判なり摂取なりをすべきではなからうか。仏教の立場からいえば、心の病のとらえ方と癒し方に焦点をしばって、両者の異同を究明していくことのほうがより重要であり、また得るところも多いように思う。このことは、次の「人間心理の探究」と関ってくる。

第二に、国分氏は宗教研究の利点は、人間心理の探究になるからだという。「宗教というものは、人間の心理的諸問題の解決法として社会がつくったものであるから、宗教のなかにはその時代の人間心理があらわれている。……宗教というのはしたがって生活の知恵に基づく心理療法ということになる。」というのである。たしかに宗教の教義や儀式を、人類の共通の無意識の象徴的表現とみて、深層心理学的に解明す

ることは、興味ぶかくかつ意義のある仕事であろう。この仕事はすでに一部の学者によって手がつけられはじめているが、⁽⁹⁾長い歴史のうちに豊富な教義・儀式・実践の体系を蓄積してきた仏教は、人間の深層心理学的研究の対象として、無限の宝庫を提供するものである。

ただ、仏教体験もしくは仏教心理学の核心は、これまでの心理学的研究——それがいかなる立場のものであれ——で、解明しつくせるかという問題がある。言葉をかえていえば、仏教の悟りや智慧や信心は、深層心理学諸概念で説明しつくされるかという問題である。これは先の「心の病」をどうとらえ、どう癒すかをめぐって、心理療法・カウンセリングの方法は、仏教の方法に代わりうるかという問題と密接に関連してくる。

国分氏が考える、「心理療法の立場から宗教を研究する第三の利点は、文化・社会的観点で学習できることである。」「今まで心理療法・カウンセリングを支えてきた性格心理学は個人志向である。」それはそれでよいが、「個人の問題は文化の問題に起因していることもあるし、文化を超越する見識と勇気がなければ個人の問題も解けないことがあるので、

文化・社会的な観点を、個人志向観点と共にもたなければならぬ。「心理療法・カウンセリングにたずさわるものは、個人的に動ける「自由はあるけれども、それだけに社会・文化的観点を失いがちになる。そこで社会制度としての宗教を研究することによって、自分のしているカウンセリングは自分の社会・文化にとってどんな意味をもち、どんな位置を占めているかを考える手がかりが与えられると思う」という。この指摘はきわめて重要であると私も考える。個人志向だけに終始しがちな心理療法家やカウンセラーにとって重要であるばかりでなく、個人志向の枠を出ることのできない一部の仏教者にとっても、重要だと考える。仏教をふくめて宗教は、パーソナルな側面と社会制度的側面があり、両者を全体的、総合的にとらえる視点が見失われてはならないと考えるからである。

以上、国分康孝氏の「カウンセリングと宗教」観をみてきたが、次第に明らかになってきたことは、国分氏と私との宗教観がかなりちがうことである。この相違を明確にとらえておくことは、今後、ともに力をあわせてカウンセリングと宗教との関係を究明していく上に役立つことであろう。

国分氏の宗教観を私なりに整理すると、次のようになる。
一、宗教とは人格化された絶対者に対する帰依または服従である。⁽⁴⁴⁾

二、宗教には絶対があり、權威主義の要素がある。⁽⁴⁵⁾

三、宗教は空想の世界である。それは、子どもの世界や精神病者の世界に通じる幼児的退行心理の世界である。⁽⁴⁶⁾

四、宗教のよって立つ哲学的根拠は観念主義である。⁽⁴⁷⁾

五、宗教は、社会形態のあらわれ方のひとつ、すなわち社会制度である。⁽⁴⁸⁾

六、宗教は、人間の心理的諸問題の解決法として社会がつくったものである。⁽⁴⁹⁾

七、非宗教者は自分の科学的、論理的、実証的枠組を捨てて宗教の枠組で宗教の世界を把握せねばならない。⁽⁵⁰⁾

これから推測できる国分氏の宗教観の特色は二つある。一つは、その宗教観が大きく精神分析派——とくにフロイド——の宗教観に影響されているらしいこと、二つは、主として社会的現象としての宗教に関心がむけられていることである。これにたいして私は、仏教を通して、というより、より正確には仏教を縁としてめざめた体験を中心として、宗教を見よ

うとしている。また宗教のパーソナルな側面に主眼をおきながら、社会制度的な側面との関係・交流を見ようとしている。この私の立場に立った宗教観を、もっとも明確にうち出しているのは鈴木大拙氏であろう。例えば次のような宗教のとらえ方をしている。

普通、宗教に二種の概念が混淆している。一つは赤裸裸な人間性から出るもの、今一つは集団生活をしなければならぬ人間にたいして社会的・制度的にその生活の上に加えられる一種の力である。前者は人間性そのものを主体とする宗教、人間の霊的生活であり、後者は制度的・形式的・機構的宗教である。人間性を主体とする宗教はどうして出てくるか。それは絶対に相容れぬ「無限」と「有限」という二つの思想の対峙から生じてくる。たとえば、「寂然不動」と「無常迅速」、「対を絶するもの」と「対を待つもの」、「涅槃」と「生死」、「遊戲自在」と「業・因果」、「自然」と「人為」のごとき対峙である。対立する両者は絶対に相容れないものでありながら、しかも合致しようとしてやまないという矛盾関係にある。そこに人間の悩みがあり、そこから宗教が生まれてくる。有限・相対の世界そのままでは、一般生物の生活を見れ

ばわかるように、だれも何の悩みも覚えぬ。が、人間は反省するがゆえに悩み、悶え、迷い、惑う。普通一般の人間は、悩み、悶え、迷い、惑いながら、何となくはつきりしないものを懷きつつ、そのまま生死して行く。しかし無限と有限の両系列が、生活経験の事実そのもののなから関係づけを完了したら、それが宗教的結着である。この最後の結着を禪者は悟入といい、浄土家は入信というのである。それは個人生活そのものの中で実現するという意味で、宗教は絶対個人性という性格をもっている。⁽⁹¹⁾

右に述べたような悩みは「存在の根元における悩み」であり、論理的な意味における原始、もしくは「本来の一に還りたい」という心の動き⁽⁹²⁾である。これを「靈性的胎動」⁽⁹³⁾と名づけてもよい。この「宗教の返本性又は還源性とも云うべきものを、ただの〈反動的〉だと考えたり、〈嬰孩病〉と診断するのは、偏見に育てられた社会学者とか心理分析家などという人々の目からのことである。宗教哲学的立場からすると、そんなにやさしく又は浅く見立てるべきではないのである。

〈集合性無意識〉ですべてを落着かせようと云うのも、今一層の飛躍を欠くと見てよからう」と大拙氏は言いきっている。⁽⁹⁴⁾

氏は、この宗教観をさらに「靈性」という概念のなかに緻密化させていった。靈性とは物質と二元対立的に使用される精神という言葉で言いつくせぬもの、「なにか二つのものを包んで、二つのものが畢竟するに二つでなくて一つであり、又一つであってそのまま二つであると云うことを見るもの」である。「精神は分別意識を基礎として居るが、靈性は無分別智である。」これが本当の意味での宗教であり、それは靈性的直覚、すなわち靈性に目覚めることによって始めてわかるものである。「一般に解して居る宗教は制度化したもので、個人的宗教経験を土台にして、其上に集團的意識工作を加えたものである。靈性の問題は、そこにも固よりこれあるのであるが、多くの場合、単なる形式に墮するを常とする。宗教的思想、宗教的儀礼、宗教的秩序、宗教的情念の表象などと云うものがあっても、それらは必ずしも宗教経験それ自体ではない。」

靈性の覚醒という意味での宗教は、絶対個人性をもちつつ、単に個人心理の枠を超えた普遍性をもつ。それは個人の心のはたらきでありながら、精神や知性のような二元分別性、限定性をこえているからである。靈性は絶対だから、すなわち

「それに対して立つものはない」からである。ただ「靈性の目覚めから、それが精神活動の諸事象の上に現われる様式には、各民族に相違するものがある。」

それでは如上の意味の宗教は、現代人の悩みとどんな関係があるのだろうか。現代人の悩みの根底には現代人の要求があると思われるが、それは、詮じつめれば次のようなことになる。「現代人は何やら心に落着きがなくて、一種の悩みにとつつかれている。これを癒したいが、どうしたらよいか」、「何やら欲しいものがある。然しその何ものたるかがわからぬ。それで悩みつつける。」と。これが現代人の「存在の根元における悩み」であり、ここに靈性的胎動があり、宗教があるのだが、それに気づかぬ。「結局のところ、近代人は中世人のように靈性的生活の方面に対して余り関心を持たないのである。」「中古時代の信仰を失った人々は、科学で救われるものと思った。ところが、その科学は吾々を殺すことになった。神とか仏とか宗教とかいうものが信ぜられなくなったのは、まあよいとしても、人間は何かの意味で「信」がなくては立って行けぬものなのである。今や、その信の置くところが失くなった。自分自身が信ぜられなくなった。こ

れでは何ともしようがない、而して唯しようがないでは済まされないのである。そこに現代の人々の単なる不安でなくて、云い知れぬ悩みがあるのだ。一口に云うと、現代は無信の時代である。今までの信仰を失ったが、それにかわるものの未だに出来ない時代なのである。」

それでは現代を救うにはどうすればよいか。「現代を構成している個人個人の物の見方・考え方の方向を転換する」とことである。とくに「東洋の人々なら、もっともっと深く吾々の精神文化の根底に在るものを自覚するように、勉強し、思索し、鍛錬しなくてはならぬのである。今までのように、何もかも西洋かぶれして、それ以外に出られぬようでは、何もならぬ。不安と悩みとは、それでは決して癒されぬのである。実際のところ、不安も悩みも西洋からの舶来なのである。東洋の人々は本来の東洋的なものを養ってゆけばよい。これを土台にすることを忘れたところに、今日の東洋人の失敗がある。」⁽⁸⁴⁾「現代の西洋人はどうしたらよいかと云ふに、今までの科学文化のほかに、東洋的なもののあることを認識しなくてはならぬのだ。」⁽⁸⁵⁾

以上、鈴木大拙氏の宗教観を、できるだけ忠実に氏の言葉

を引用しながら要約し紹介してみた。詳細は、全集に網羅された氏の著作に直接あたって承知されたいが、紹介したかぎりの氏の宗教観は、次のようにまとめられよう。

一、宗教には、人間性そのものを主体とする宗教と、制度的宗教とがある。

二、前者を土台として後者が出てくる。

三、前者は、絶対矛盾対立する無限と有限とを合一化したという、人間存在の根元における悩みの解決である。

四、この意味の宗教を「靈性」と表現する。それが分別意識を超えた無分別智であることをあらわしたいからである。

五、靈性は靈性的自覚によってのみとらえられる。

六、靈性は個人性と普遍性を同時にもつ。

七、普遍的な靈性が精神活動の諸事象の上に現われる様式は、民族的特殊性をおびる。

八、現代人は、二元分別的な西洋近代的思考、もしくは心理のゆえに、靈性を見失って悩んでいる。

九、現代を救うためには、東洋人はもちろん西洋人も、東洋が豊かに培ってきた靈性的自覚への道にもどること

ある。

仏教とカウンセリングとの出会い

宗教とカウンセリングの関係はどうとらえるかは、宗教とカウンセリング各々の内容をどうとらえるかによって、大きく変わってくる。とくに多義的な宗教は、つねに概念規程を明確にしなければ、問題を鮮明化することはできない。

国分氏の場合、カウンセリングについては明確な立場をとっている。すなわち、カウンセリングを、「言語的および非言語的コミュニケーションを通して、相手の行動の変容を試みる人間関係である」と定義し、その人間関係は、(1)非審判的、許容的雰囲気、(2)共感性、(3)無構え、(4)好意、(5)ギブ・アンド・テイク(相互性)、(6)コミュニケーション、の六つの特性を備えた人間関係のことであるとしている⁽⁸⁰⁾。そして実践的には、クライエント中心の立場に立ち、目的とする行動変容に最も適した方法を、各カウンセリング理論からえらんで使うという、折衷主義の立場に立っている。この立場に立ってみて、禅の修行も真宗の聞法も、いちおうカウンセリングの枠内にはめこんで、臨床心理学的な新しい光をあてて検

討しなおしてみるとよいのではなからうか。氏の提唱されるカウンセリング理論の六つの枠組みに照らして、心理療法・カウンセリングとしての仏教を検討してみれば、現代人の心の病いや悩みへの臨床実践としての仏教の長所や弱点、もしくは特色がリアルに浮かびあがってくるのではなからうか。そうすれば、一般にわかりにくいとされる仏教に、臨床心理学や心理療法・カウンセリングの側からも接近しやすくなると思われる。

国分氏の宗教観については、鈴木氏が明確にした「霊性」、「霊性的自覚」という意味での宗教の理解は、まったく欠けているといつてよい。宗教を個人的、心理的にとらえている面があるにしても、それを空想と断ずる域からは脱していない。したがって、霊性的自覚と心理療法・カウンセリングとの関係が明らかにされていないのはもちろん、霊性的自覚を研究し、そこから心理療法・カウンセリングにとっても大切なものを学ぶという視点は望むべくもない。しかし、宗教の世界を把握しようとするときには、自らがもっている既成の枠組を捨て、宗教の枠組によらねばならないという氏の指摘は、きわめて重要な意味をもつ。空想の世界にしる霊性の世

界にしる、形式論理的、科学的事証枠組にはまらないものを切り捨てたり、無視・軽視したりすることは、人間心理に関する実践や研究にはあってはならないからである。また社会現象や文化現象としてあらわれたかぎりにおいての宗教のなかには、人間心理の諸相が複合して含まれているから、これを研究することは、心理療法・カウンセリングの実践に深みと幅をもたせていくためには、ぜひとも必要なことであろう。人間の深層心理、さらには人間性そのものに迫るためには、臨床的、個人心理的領域に關心を局限してはならないからである。また、靈性的自覚を中心に宗教をとらえ、カウンセリングとの關係を究明していく立場であっても、靈性的自覚が現世に精神的、心理的、文化的、社会的展開していくときの諸相にも広く配慮していく必要がある。そういう意味でも国分氏の「宗教とカウンセリング」異同観は興味ぶかく、示唆にとむ。

さて、宗教を靈性的自覚としてとらえる鈴木氏の立場は、宗教、あるいは仏教とカウンセリングとの關係を本質的、しかも具体的に追求していく上に、最も重要な視点を提供すると私は考えている。人間の心の病や悩みを、人間存在の構造

的把握から、ラディカルにとらえているからである。氏の「靈性」と「知性」の概念は、それぞれ仏教の「般若」(prajñā) と、「意識」(vijñāna) プラス「未那識」(manas) に当たることは明らかだが、宗教に関する既成の諸概念にまわりつく偏見や誤解を払拭して、新たに人間存在のありようを究明していくには、きわめて有効かつ斬新な概念だと思う。

心理学は人間解明の重要な一翼をになってはきたが、知性と感性を往復するところから脱していない。靈性への気づきが乏しいという意味で、まだまだ深化の余地をのこしている。例えば鈴木氏は、現代心理学を次のように批判しているが、心理学をもつむ現代文明のトータルな批判になっていないだろうか。「……周知のとうり知性というものは、靈性をすこしも尊重しようとはしない。さらに一層悪いことには、現代の心理学は靈の問題をすてて顧みず、ひたすら構造、形態、形状といったおよそ靈的でないものに研究の主眼をおいていることである。すなわち、ここでは人格あるいは人間性が完全に失われてしまっているのである。」⁸⁵と。また禅的方法と心理学的方法とを比較して次のようにも言う。「……私は、自己を学ぶ禅の方法が、現代の学者や医師の間に行きわ

たっている心理学的方法と、まったく相反するものであることをいっているのである。何となれば、禅は、自己をテーブルの上にのせて、観察し得る限りの角度からあらゆる検討をするかわりに、自己の内側に入り、内側から自己を見よと、提議するものだからである。」と。

心理学のなかでも、とくに臨床心理学や心理療法・カウンセリングの臨床領域では、人間学的もしくは現象学的接近を中心にして、「自己の内側に入り、内側から自己を見」る方向へ進む傾向が顕著になってきている。人間の自己実現という目標が高くかかげられるようになってきている。そんなとき、人間が自己を知ることによって真の自己になる、真の人間になるという道を提示した仏教の方法、仏道と、心理学とが深く出会う日が、もうそこまで来ているのではなからうか。仏教の側からも、「仏教カウンセリング」もしくは「霊性カウンセリング」とでも名づけられる新領域を設定して、両者の深い出会いが実現する場を準備すべきであると思う。この点に関する私の試論は、稿を改めて展開したい。

(註)

(1) 国分康孝『カウンセリングの理論』誠信書房、二六頁。

(2) (1)二五〇二九頁。
(3) (1)八頁。

(4) 国分康孝『心とこころのふれあうとき——カウンセリングの技法をこえて——』泰明書房、一七〇〜一九八頁。

(5) 以上、(4)一七〇〜一七八頁の取意。

(6) 中村元『ゴータマ・ブッダ(釈尊伝)』法蔵館、一三三〜一三四頁。

(7) (6)一九二頁。

(8) 『口伝鈔』第六章、および『歎異抄』第六章参照。

(9) 例えば河合隼雄、湯浅泰治等、ユンク心理学者たち。

(10) (1)二〇四頁、(4)一七〇頁。

(11) (1)二〇四頁、(4)一七一頁。

(12) (4)一七二頁および一七七〜一七八頁。

(13) (4)一七一頁。

(14) (4)一七六頁。

(15) (4)一七四頁。

(16) (4)一七八頁。

(17) 『鈴木大拙全集』第十卷、岩波書店、一五〇二二頁。

(18) 『鈴木大拙全集』第二十二卷、一九六頁。

(19) (18)一九八頁。

(20) (18)一九六頁。

(21) (18)二〇〇頁。

(22) 『鈴木大拙全集』第八卷、二二〜二三頁。

(23) (22)二四頁。

- 24 22二五一頁。
 25 22二五頁。
 26 18一九五頁。
 27 『鈴木大拙全集』第二十一卷、一一四頁。
 28 18二〇五頁。
 29 18二〇六頁。
 30 18二〇七頁。
 31 (1)五頁。
 32 (4)四〇頁。
 33 (1)一九二〇頁、および(4)一九九二〇七頁。
 34 六つの枠組とは、①人間観(人間とは何か。人間をどうみるか。)
 35 ②性格論(性格とは何か。それはどのように形成されるか。)
 36 ③病理論(問題行動はどうしておこるか。発生の機制は何か。)
 37 ④治療目標(「なおり」とは何か。)
 38 ⑤カウンセラーの役割(目標達成のためにカウンセラーは何をなすべきか。)
 39 ⑥クライアントの役割(目標達成のためにクライアントは何をなすべきか。)
 40 22二五〇頁。
 41 27三二九頁。
 42 27四二二頁。